နိဗ္ဗာန်ဟူသည်

ဥပ္ပါဒေါ သင်္ခါရာ၊ အနုပ္ပါဒေါ နိဗ္ဗာနံ။
ပဝတ္တံ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပဝတ္တံ နိဗ္ဗာနံ။
နိမိတ္တံ သင်္ခါရာ၊ အနိမိတ္တံ နိဗ္ဗာနံ။
အာယူဟနာ သင်္ခါရာ၊ အနာယူဟနာ နိဗ္ဗာနံ။
ပဋိသန္ဓိ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပဋိသန္ဓိ နိဗ္ဗာနံ။ ။ (ပဋိသံ -၅၈)

ဥပ္ပါဒေါ ၊ ဖြစ်ခြင်းရှိသော တရားသည်။ **သင်္ခါရာ**၊ သင်္ခါရတရားတို့ဖြစ်ကြ၏။
အနုပ္ပါဒေါ၊ ဖြစ်ခြင်းကင်းသော တရားသည်။ **နိဗ္ဗာနံ**၊ နိဗ္ဗာန်ဖြစ်၏။

ပဝတ္တံ၊ မပြတ်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်အစဉ်သည်။ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရတရားတို့ဖြစ်ကြ၏။
အပ္ပဝတ္တံ၊ မပြတ်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်အစဉ်ကင်းသော တရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ဖြစ်၏။

နိမိတ္တံ၊ ပုံသဏ္ဌာန် အထည်ကိုယ် ရှိသလိုပင် ထင်ပေါ်သော တရားသည်။
သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရတို့ဖြစ်ကြ၏။
အနိမိတ္တံ၊ ပုံသဏ္ဌာန် အထည်ကိုယ်ရှိသလို မထင်ပေါ်သော တရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ဖြစ်၏။

အာယူဟနာ၊ ချမ်းသာ ကောင်းစားရန် ရည်သန်၍ အားထုတ်ခြင်းသည်။
သင်္ခါရာ ၊ သင်္ခါရတရားတို့ဖြစ်ကြ၏။
အနာယူဟနာ၊ အားထုတ်ခြင်း ကင်းသော တရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ဖြစ်၏။

ပဋိသန္ဓိ၊ ရှေးဘဝ ရှေးစိတ်နှင့် စပ်၍ဖြစ်ခြင်းသည်။ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရတရားတို့ဖြစ်ကြ၏။
အပ္ပဋိသန္ဓိ၊ စပ်၍ ဖြစ်ခြင်းကင်းသော တရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ဖြစ်၏။